

Forma pracy / rodzaj	Zajęcia warsztatowe dla dzieci
Nazwa / temat	„Kreatywny Maluch”
Odbiorcy	Dzieci w wieku 5 - 6 lat
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • Wspomaganie dziecka w rozwoju poznawczym, emocjonalnym, społecznym. • Trenowanie możliwości twórczych dziecka. • Nabywanie umiejętności poszukiwania rozwiązań. • Pobudzanie i rozwijanie umiejętności wypowiedzenia osobistego stosunku do rzeczywistości. • Rozwijanie zainteresowań, ekspresji twórczej, wyobraźni i uzdolnień plastycznych. • Rozwijanie pomysłowości w działaniu wykorzystując różnorodne materiały, środki i narzędzia.
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	<p>Wszechstronny rozwój, możliwość twórczego myślenia i działania. Zdobywanie okazji do kreatywnych poszukiwań i niekonwencjonalnych rozwiązań.</p> <p>Zaspokojenie potrzeby wyrażenia swoich przeżyć emocjonalnych, wyobrażeń, spostrzeżeń poprzez aktywności plastyczne, techniczne, ruchowe, muzyczne i teatralne. Wzbogacenie doświadczeń plastycznych w oparciu o różnorodne i atrakcyjne techniki i środki. Umocnienie poczucia własnej wartości, wiary we własne siły. Nauka wyrozumiałości dla innych, współpracy i wzajemnej pomocy oraz poszanowania wytworów innych osób.</p>
Czas trwania	Cykl 10 spotkań 75 minutowych
Miejsce zajęć	Poradnia
Liczba uczestników	6 osób
Osoba prowadząca	Renata Pośpiech Katarzyna Fedorczak
Informacje, zgłoszenia	Na podstawie formularza zgłoszeniowego
Realizacja	Rok szkolny 2018/2019, termin do uzgodnienia z prowadzącymi

Forma pracy / rodzaj	Zajęcia warsztatowe kształtujące i rozwijające umiejętności psychospołeczne
Nazwa / temat	„Przyjaciele Zippiego”
Odbiorcy	Dzieci w wieku 5 – 6 lat z trudnościami w funkcjonowaniu społecznym
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • Rozpoznawanie i nazywanie przeżywanych emocji. • Nabywanie umiejętności wyrażania swoich uczuć w sposób aprobowany społecznie. • Kształtowanie umiejętności autokontroli oraz konstruktywnego rozwiązywania konfliktów. • Rozwijanie umiejętności przeżywania niepowodzeń, przyjmowania krytyki. • Umiejętność wyciągania konstruktywnych wniosków z porażek, • Uczenie współpracy i współdziałania. • Uczenie tolerancji i akceptacji drugiego człowieka. • Wsparcie emocjonalne w sytuacjach problemowych. • Stwarzanie możliwości odreagowywania bieżących napięć. • Rozwijanie umiejętności pokonywania własnych braków i barier.
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	Dziecko rozpoznaje emocje, potrafi je nazwać. Potrafi dokonać autokontroli, wyraża emocje nie czyniąc szkody innym. Konstruktywnie rozwiązuje konflikty. Stosuje się do ustalanych norm i zasad, potrafi współdziałać i współpracować z innymi. Szanuje innych ludzi oraz ich własność. Dziecko potrafi przyjąć krytykę i znieść porażkę. Potrafi wyciągać wnioski na przyszłość, ma świadomość, że można uczyć się na swoich błędach. Potrafi bez szkody dla innych odreagować napięcia. Posiada umiejętność pokonywania własnych braków i barier.
Czas trwania	Cykl 8 spotkań 75 minutowych
Miejsce zajęć	Poradnia
Liczba uczestników	6 osób
Osoba prowadząca	Renata Pośpiech Katarzyna Fedorczak
Informacje, zgłoszenia	Na podstawie formularza zgłoszeniowego
Realizacja	Rok szkolny 2018/2019, termin do uzgodnienia z prowadzącymi. Kwalifikowanie na podstawie wywiadu psychologiczno – pedagogicznego rodziców/opiekunów/nauczycieli przedszkola z prowadzącymi.

Forma pracy/ rodzaj	Grupowe zajęcia terapeutyczne dla dzieci zahamowanych i nieśmiałych
Nazwa/temat	„Chyba jestem nieśmiały”
Odbiorcy	Uczniowie oddziałów zerowych lub nauczania wczesnoszkolnego
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • Dostarczanie alternatywnych dla dotychczasowych doświadczeń dziecka w relacjach z innymi; • wzmacnianie pewności siebie i pozytywnej samooceny, • wzmacnianie samodzielności i spontaniczności, nauka współdziałania w grupie, • wzmocnienie motywacji do zmian, • minimalizacja lęków i obaw związanych z ekspozycją społeczną, • kształtowanie wytrwałego dążenia do celu, umiejętności przezwycięzania trudności, • zwiększenie otwartości na innych, • pobudzanie do większej aktywności ruchowej, rozwój wyobraźni i aktywności twórczej, • poznawanie swoich mocnych stron, odreagowanie napięć.
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	<ul style="list-style-type: none"> • Poprawa samopoczucia psychicznego oraz fizycznego; • Zmiana negatywnych przekonań na swój temat; wzrost pewności siebie, poczucia własnej wartości; • Wzrost zdolności komunikacyjnych; • Poprawa relacji społecznych z innymi; • Wzrost kompetencji adaptacyjnych.
Czas trwania	1x w tygodniu (60 minut)
Miejsce zajęć	Poradnia
Liczba uczestników	6-8 osób
Osoba prowadząca	Beata Błażewicz-Sip- psycholog Anna Szczepańska- pedagog
Informacje, zgłoszenia	Poradnia- u osoby prowadzącej
Realizacja	Zalecenie po badaniu psycho-pedagogicznym w poradni lub po indywidualnej konsultacji z osobą prowadzącą Drugi semestr 2018/2019r.

Forma pracy/ rodzaj	Program grupowego wspomaganie rozwoju emocjonalnego dzieci
Nazwa/temat	„Kolorowy świat uczuć”
Odbiorcy	Uczniowie oddziałów zerowych lub nauczania wczesnoszkolnego
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • Nabycie przez dzieci umiejętności nazywania i rozpoznawania podstawowych emocji; • Rozwijanie wiedzy, w jaki sposób uczucia wpływają na nasze ciało, myśli i zachowanie; • Wzrost samoświadomości dominujących u dziecka uczuć, ich przyczyn i metod rozładowywania; • Kształtowanie adaptacyjnych strategii regulowania emocji; • Poznawanie różnych form wyrazu emocjonalnego; • Arteterapia
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	<ul style="list-style-type: none"> • Wzrost dojrzałości uczuciowej; • Wzrost samoświadomości własnej oraz zdolności do empatii. • Rozwój kompetencji społecznych związanych z odczytywaniem intencji innych osób oraz modulowania własnego zachowania w zależności od kontekstu sytuacyjnego. • Obniżenie poziomu napięcia psychicznego, • Ekspresja i regulacja emocji sprzyjająca zdrowiu psychicznemu.
Czas trwania	1x w tygodniu (60 minut)
Miejsce zajęć	Poradnia
Liczba uczestników	Max do 6-8 osób
Osoba prowadząca	Beata Błażewicz-Sip- psycholog Anna Szczepańska- pedagog
Informacje, zgłoszenia	Poradnia- u osoby prowadzącej
Realizacja	Zalecenie po badaniu psycho-pedagogicznym w poradni lub po indywidualnej konsultacji z osobą prowadzącą Pierwszy semestr 2018/2019r.

Forma pracy / rodzaj	Terapia grupowa
Nazwa / temat	Trening umiejętności społecznych dla młodszych dzieci z rodzicami.
Odbiorcy	Dzieci w wieku 6-8 lat
Cele	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kształtowanie umiejętności społecznych u dzieci:- zwiększenie możliwości poprawnego i twórczego porozumiewania się w różnych sytuacjach, - współdziałania w grupie podczas zabawy i pracy, - zdobycie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych. 2. Wspomaganie rozwoju osobistego dzieci: - budowanie pozytywnego obrazu samego siebie, - kształtowanie poczucia własnej wartości, wdrażanie do wyrażanie siebie w różnych formach działalności, - rozbudzenie ciekawości aktywnością słowną. 3. Wspomaganie rozwoju sfery emocjonalnej: - zdobywanie umiejętności dostrzegania i wyrażania emocji swoich i rówieśników, - zdobywanie umiejętności zrównoważonego reagowania w sytuacjach trudnych, - uczenie się sposobów odreagowywania napięć emocjonalnych. 4. Dla rodziców: - zdobywanie i poszerzenie umiejętności wykorzystania zabawy z dzieckiem do celów terapeutycznych, - edukacja w zakresie prawidłowości rozwojowych dzieci, - zwiększenie bliskości z własnym dzieckiem.
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	<p>Eliminowanie lub zmniejszanie poziomu zaburzeń zachowania u dzieci oraz wzmacnianie ich osobowości. Rozładowanie napięć emocjonalnych przez różnorodne formy aktywności, które powodują odblokowanie i ujawnienie emocji. Dzielenie się swoimi przeżyciami w atmosferze akceptacji i zrozumienia.</p> <p>Dostarczanie okazji do przeżywania emocji pozytywnych, nabywania nowych sposobów zachowania i umiejętności interpersonalnych. Wyrażenie swoich myśli, własnych opinii i uczuć.</p>
Czas trwania	Cykl zajęć warsztatowych
Miejsce zajęć	Poradnia
Liczba uczestników	Do 12 osób
Osoba prowadząca	Małgorzata Dziejna-Łabuda /zastępstwo Anna Ziółkowska/ Renata Bogucka
Informacje, zgłoszenia	Poradnia- u osoby prowadzącej
Realizacja	I semestr roku szkolnego 2018/2019

Forma pracy / rodzaj	Terapia grupowa
Nazwa / temat	Socjoterapia
Odbiorcy	uczniowie klas IV-VII szkół podstawowych
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • Budowanie prawidłowych relacji z innymi. • Praca nad empatią i systemem wartości. • Usprawnianie i nabywanie umiejętności prospołecznych. • Samokontrola złości. • Korygowanie zachowań agresywnych • Wzmacnianie poczucia własnej wartości. • Praca nad samooceną. • Odreagowanie napięć, poznanie różnych sposobów radzenia sobie ze stresem. • Budowanie więzi z grupą, integracja.
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	<p>Uczestnicy zdobędą doświadczenia korygujące zaburzenia związane z funkcjonowaniem społecznym.</p> <p>Potrąfią rozpoznawać oraz nazywać własne uczucia oraz emocje.</p> <p>Starają się radzić sobie z negatywnymi uczuciami i wyrażać je w sposób bezpieczny dla siebie i otoczenia.</p> <p>Potrąfią przeanalizować swoje zachowania i reakcje.</p> <p>Wzrasta poczucie własnej wartości.</p> <p>Przestrzegają przekazywanych i obowiązujących społecznie zasad i wartości.</p>
Czas trwania	Cykl zajęć warsztatowych
Miejsce zajęć	Poradnia
Liczba uczestników	8-10 osób
Osoba prowadząca	Małgorzata Dziedzina-Łabuda Renata Bogucka
Informacje, zgłoszenia	Poradnia- u osoby prowadzącej
Realizacja	II semestr roku szkolnego 2018/19

Forma pracy / rodzaj	Warsztaty – trening
Nazwa / temat	Trening efektywnego uczenia się.
Odbiorcy	Uczniowie klas IV – VIII szkół podstawowych i gimnazjum
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • poznanie zasad efektywnego uczenia się, • poznanie najważniejszych mnemotechnik, • poznanie własnych mocnych i słabych stron, predyspozycji do uczenia się, • uaktywnienie twórczego myślenia oraz wyobraźni wzmacniających pamięć, • uświadomienie możliwości ćwiczenia i rozwijania własnych zdolności poznawczych, • kształtowanie pozytywnego myślenia o uczeniu się i własnych możliwościach, • wzrost wiary we własne możliwości.
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	<p>Nabywanie kompetencji efektywnego uczenia się:</p> <ul style="list-style-type: none"> • dostarczenie nowoczesnej wiedzy dotyczącej organizacji nauki domowej oraz konkretnych technik usprawniających proces uczenia się i funkcjonowania w sytuacjach szkolnych, • gimnastyka mózgu – prezentacja ćwiczeń usprawniających koncentrację uwagi, pamięć oraz rozwijających twórcze myślenie.
Czas trwania	6 spotkań po 2 godziny lekcyjne
Miejsce zajęć	Poradnia
Liczba uczestników	Grupa 10-12 osób
Osoba prowadząca	Barbara Malinowska Iwona Welc
Informacje, zgłoszenia	Poradnia – u osób prowadzących
Realizacja	Na podstawie oferty wysłanej do szkół – październik 2018 r. – maj 2019 r.

Forma pracy / rodzaj	Warsztaty – trening
Nazwa / temat	Niezwykły umysł-cykl warsztatów wspierających rozwój umysłowy, społeczny oraz emocjonalny ucznia zdolnego
Odbiorcy	Uczniowie klas IV – VIII szkół podstawowych i gimnazjum
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • wzmocnienie motywacji do nauki, • przyjemniejsza i skuteczniejsza nauka wykorzystująca w większym stopniu możliwości mózgu, • wytworzenie nawyków, które pozwolą uczniom wyrobić w sobie twórczą postawę wobec życia i lepiej wykorzystywać posiadane zdolności, • nabycie kreatywnego podejścia do rozwiązywania problemów, • wzrost poczucia pewności siebie, wiary we własne możliwości oraz samooceny.
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	<ul style="list-style-type: none"> • wyzwolenie twórczego potencjału sprzyjającego efektywniejszemu wykorzystywaniu pamięci i rozwijaniu zdolności szybkiego uczenia się, • poznanie praktycznych technik pamięciowych oraz kreatywnego myślenia, • nabycie umiejętności radzenia sobie ze stresem oraz w sytuacjach trudnych, • nabycie umiejętności asertywnego reagowania w sytuacjach społecznych.
Czas trwania	6 spotkania po 2 godziny lekcyjne
Miejsce zajęć	Poradnia
Liczba uczestników	Grupa 10 - 12 osób
Osoba prowadząca	Barbara Malinowska Iwona Welc
Informacje, zgłoszenia	Poradnia – u osób prowadzących
Realizacja	Na podstawie oferty wysłanej do szkół – październik 2018 r. – maj 2019 r.

Forma pracy / rodzaj	Warsztaty metodami aktywnymi z elementami prelekcji multimedialnej oraz indywidualnych konsultacji.
Nazwa / temat	Cykl 3 spotkań nt. „Strzał w 10!” - Prelekcja „Co dalej? – możliwe ścieżki edukacji i kariery?” - „Znam siebie – trafnie wybieram szkołę i zawód” – określenie predyspozycji zawodowych, zainteresowań, cech osobowości i innych czynników ważnych przy planowaniu kariery. - „W świecie zawodów” – poznanie zawodów rynku pracy – zawody deficytowe i nadwyżkowe, nowe zawody, trendy na rynku pracy . - Indywidualne konsultacje podsumowujące portfolio zawodowe ucznia.
Odbiorcy	Uczniowie klas III gimnazjum oraz klas VIII szkoły podstawowej
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • Nabywanie umiejętności samopoznania i samooceny, jako podstawa podjęcia trafnej decyzji zawodowej • Pobudzenie motywacji do aktywnego poznawania zawodów • Podjęcie trafnej decyzji zawodowej i szkolnej • Przybliżenie świata zawodów, • Poznanie aktualnych trendów na rynku pracy (zawodów deficytowych i nadwyżkowych), • Planowanie własnej ścieżki kariery zawodowej, • Poznanie aktualnego systemu edukacji.
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	<ul style="list-style-type: none"> • młodzież jest przygotowana do trafnego wyboru szkoły ponadgimnazjalnej i zawodu, • potrafi dokonywać przemyślanych wyborów i poszukiwać alternatywnych rozwiązań, • uczestnicy potrafią ocenić swoje zainteresowania, zdolności, umiejętności, • potrafią poszukiwać informacji o zawodach i odpowiednio z nich korzystać, • uczą się słuchać innych i wyciągać z tego wnioski, • ćwiczą umiejętność mówienia o sobie i określania swoich mocnych i słabych stron., • orientuje się w aktualnym systemie edukacyjnym i potrafi zaplanować własną ścieżkę kariery/edukacji.
Czas trwania	Cykl spotkań: 3 spotkania po 2 godz. zegarowe 1 spotkanie indywidualne 1 godz. zegarowa
Miejsce zajęć	Na terenie poradni w okresie ferii zimowych
Liczba uczestników	Maksymalnie 12 uczniów
Osoba prowadząca	Anna Szczepańska
Informacje, zgłoszenia	Formularz zgłoszeniowy
Realizacja	Według zgłoszeń/ cały rok szkolny styczeń 2019r.

Forma pracy/ rodzaj	Warsztaty rozwijające kompetencje emocjonalne dzieci
Nazwa/temat	Kraina emocji
Odbiorcy	Uczniowie klas I szkoły podstawowej
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • Rozwijanie umiejętności rozpoznawania i nazywania emocji podstawowych; • Wzrost wiedzy o tym, jak emocje wpływają na nasze zachowanie; • Poszerzenie zdolności werbalizowania własnych uczuć oraz radzenia sobie z różnymi emocjami; • Poznanie różnych sposobów radzenia sobie z uczuciami. • Kształtowanie adaptacyjnych strategii regulowania emocji;
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	<ul style="list-style-type: none"> • Wzrost inteligencji emocjonalnej; • Bardziej dojrzałe zachowania emocjonalne • Wzrost samoświadomości • Rozwój kompetencji społecznych, szczególnie w aspekcie rozumienia uczuć innych osób; • Obniżenie poziomu napięcia psychicznego, • Ekspresja i regulacja emocji sprzyjająca zdrowiu psychicznemu.
Czas trwania	2 spotkania po 2h lekcyjne
Miejsce zajęć	Szkoła
Liczba uczestników	Jedna klasa
Osoba prowadząca	Beata Błażewicz-Sip- psycholog Anna Szczepańska- pedagog
Informacje, zgłoszenia	Poradnia
Realizacja	Na podstawie formularza zgłoszeniowego, czas realizacji wg kolejności zgłoszeń.

Forma pracy / rodzaj	Warsztaty
Nazwa / temat	Ćwiczenia mózgu w praktyce-instruktaż dla nauczycieli oraz mini wykład i pokaz dla uczniów.
Odbiorcy	Uczniowie klas I-III szkoły podstawowej wraz z nauczycielem
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • usprawnienie koncentracji uwagi, pamięci oraz koordynacji ruchowej, • łatwiejsze nabywanie umiejętności pisania i czytania, a także wiadomości szkolnych, • wzrost motywacji do nauki, • wzrost umiejętności radzenia sobie ze stresem.
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	<ul style="list-style-type: none"> • poznanie ćwiczeń z zakresu Kinezylogii Edukacyjnej Dennisona, • poznanie ćwiczeń dotleniających mózg oraz relaksujących, • poznanie praktycznych informacji dotyczących funkcjonowania oraz higieny mózgu.
Czas trwania	2 godziny lekcyjne
Miejsce zajęć	Szkoła
Liczba uczestników	Zespół klasowy wraz z nauczycielem.
Osoba prowadząca	Barbara Malinowska Iwona Welc
Informacje, zgłoszenia	Poradnia – u osób prowadzących
Realizacja	Na podstawie formularza zgłoszeniowego – cały rok szkolny

Forma pracy / rodzaj	Warsztaty z elementami diagnozy
Nazwa / temat	

	Jak czyta moje dziecko?
Odbiorcy	Uczniowie klas III i ich rodzice
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • Badania przesiewowe umiejętności czytania (tempa, techniki), • Przedstawienie wyników badań rodzicom, • Wskazanie metod usprawniających i doskonalących umiejętność czytania, • Uświadomienie rodzicom poziomu umiejętności czytania przez ich dziecko, • Wpływ poziomu czytania na osiągnięte wyniki w nauce.
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	<ul style="list-style-type: none"> • Rodzic wie na jakim poziomie czyta jego dziecko, • Rodzic zna sposoby i metody doskonalące umiejętność czytania.
Czas trwania	Diagnoza klasy około 4 godziny lekcyjne Spotkanie z rodzicami w ramach zebrań klasowych
Miejsce zajęć	Klasa/ szkoła
Liczba uczestników	Zespół klasowy/ rodzice uczniów danej klasy
Osoba prowadząca	Anna Szczepańska
Informacje, zgłoszenia	Osobiście u osoby prowadzącej
Realizacja	Cały rok szkolny

Forma pracy / rodzaj	Warsztaty
Nazwa / temat	Sztuka motywacji do nauki i pozytywnego

	myślenia
Odbiorcy	Uczniowie klas IV-VIII szkoły podstawowej i gimnazjum
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • uświadomienie dotychczasowych nawyków sprzyjających efektywnemu uczeniu się oraz obszarów, nad którymi należy popracować, • wzmocnienie motywacji do nauki i własnego rozwoju, • wzmocnienie poczucia własnej wartości.
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	<ul style="list-style-type: none"> • zmiana nastawień (pozytywne myślenie o sobie i swoich możliwościach), • uświadomienie sobie roli motywacji w procesie uczenia się oraz osiągnięcia sukcesów.
Czas trwania	2 godziny lekcyjne
Miejsce zajęć	Szkoła
Liczba uczestników	Zespół klasowy lub zainteresowani uczniowie.
Osoba prowadząca	Iwona Welc Barbara Malinowska
Informacje, zgłoszenia	Poradnia – u osób prowadzących
Realizacja	Na podstawie formularza zgłoszeniowego – cały rok szkolny

Forma pracy / rodzaj	Warsztaty – trening
Nazwa / temat	Zasady efektywnego uczenia się-przykłady mnemotechnik
Odbiorcy	Uczniowie klas VII – VIII szkół podstawowych i gimnazjum
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • poznanie zasad efektywnego uczenia się, • poznanie mnemotechnik (w zależności od problemu uczniów), • uaktywnienie twórczego myślenia oraz wyobraźni wzmacniających pamięć, • uświadomienie możliwości ćwiczenia i rozwijania własnych zdolności poznawczych, • kształtowanie pozytywnego myślenia o uczeniu się i własnych możliwościach, • wzrost wiary we własne możliwości.
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	<p>Nabycie kompetencji efektywnego uczenia się:</p> <ul style="list-style-type: none"> • dostarczenie nowoczesnej wiedzy dotyczącej organizacji nauki domowej oraz konkretnych technik usprawniających proces uczenia się (w zależności od problemu uczniów), • gimnastyka mózgu – prezentacja ćwiczeń usprawniających koncentrację uwagi i pamięć.
Czas trwania	2 godziny lekcyjne
Miejsce zajęć	Szkoła
Liczba uczestników	Zespół klasowy lub zainteresowani uczniowie.
Osoba prowadząca	Barbara Malinowska Iwona Welc
Informacje, zgłoszenia	Poradnia – u osób prowadzących
Realizacja	Na podstawie oferty wysłanej do szkół – październik 2018 r. – maj 2019 r.

Forma pracy / rodzaj	Zajęcia warsztatowe
Nazwa / temat	Klasa z zasadami
Odbiorcy	Uczniowie klas I -III szkół podstawowych Uczniowie klas IV-VII szkół podstawowych Uczniowie gimnazjum
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • Kształtowanie u uczniów postawy zgodnej z normami i zasadami szkoły; • Rozpoznawanie przyczyn sytuacji trudnych w grupie klasowej; • Metody konstruktywnego ich rozwiązywania; • Przepracowanie prawidłowych sposobów reagowania w sytuacji konfliktowej; • Praca nad asertywnością;
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	Podnoszenie świadomości w zakresie respektowania norm społecznych. Zmiana w relacjach pomiędzy uczniami w klasie. Poprawa relacji w grupie klasowej. Zmiana sposobu myślenia i reagowania w sytuacjach społecznych.
Czas trwania	2 godziny lekcyjne
Miejsce zajęć	Szkoła
Liczba uczestników	ok. 25 osób, w zależności od liczebności klasy
Osoba prowadząca	Małgorzata Dziedzina –Łabuda /zastępstwo Anna Ziółkowska/ Renata Bogucka
Informacje, zgłoszenia	Na podstawie formularza zgłoszeniowego, czas realizacji wg kolejności zgłoszeń.
Realizacja	Na podstawie oferty wysłanej do szkół – październik 2018 r. – maj 2019 r.

Forma pracy / rodzaj	Zajęcia warsztatowe
Nazwa / temat	Jestem, czuję, wiem...
Odbiorcy	Uczniowie klas I-III szkół podstawowych
Cele	Uświadomienie, co to są uczucia; uświadamianie własnych emocji, nabywanie umiejętności radzenia sobie z przykrymi emocjami; Uczenie rozpoznawania i nazywania uczuć oraz ujawniania ich w różnych przeżywanych sytuacjach; Wdrażanie do wypowiadania się na temat przeżywanych emocji w różnych sytuacjach; Kształtowanie umiejętności pracy w zespole;
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	<p>Poprawa społecznego i emocjonalnego funkcjonowania uczniów.</p> <p>Zwiększenie wglądu w przeżywane emocje.</p> <p>Nabycie umiejętności uzewnętrzniania uczuć poprzez wypowiedź słowną oraz pracę plastyczną.</p> <p>Nawiązywanie satysfakcjonujących kontaktów z rówieśnikami.</p>
Czas trwania	2 godziny lekcyjne
Miejsce zajęć	Szkoła
Liczba uczestników	ok. 25 osób, w zależności od liczebności klasy
Osoba prowadząca	Małgorzata Dziejzina –Łabuda /zastępstwo Anna Ziółkowska/ Renata Bogucka
Informacje, zgłoszenia	Poradnia – u osób prowadzących
Realizacja	Na podstawie oferty wysłanej do szkół – październik 2018 r. – maj 2019 r.

Forma pracy / rodzaj	Zajęcia warsztatowe
Nazwa / temat	Dobry kolega, dobra koleżanka - to my
Odbiorcy	Uczniowie klas I-IV szkół podstawowych
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • Zajęcia integracyjne, uczące współpracy; • Kształtowanie w klasie pozytywnych relacji pomiędzy uczniami; • Praca nad samooceną; • Komunikowanie mocnych stron;
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	Zmiana w relacjach pomiędzy uczniami w klasie. Poprawa relacji w grupie klasowej. Zmiana sposobu myślenia i reagowania w sytuacjach społecznych.
Czas trwania	2 godziny lekcyjne
Miejsce zajęć	Szkoła
Liczba uczestników	ok. 25 osób, w zależności od liczebności klasy
Osoba prowadząca	Małgorzata Dziedzina –Łabuda /zastępstwo Anna Ziółkowska/ Renata Bogucka
Informacje, zgłoszenia	Poradnia – u osób prowadzących
Realizacja	Na podstawie oferty wysłanej do szkół – październik 2018 r. – maj 2019 r.

Forma pracy / rodzaj	Zajęcia warsztatowe
Nazwa / temat	Kręte ścieżki uzależnień
Odbiorcy	Uczniowie klas I-III szkół podstawowych Uczniowie klas IV-VI szkół podstawowych Uczniowie gimnazjum
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • przyczyny i mechanizmy powodujące uzależnienia, z naciskiem na uzależnienie od mediów elektronicznych, • podkreślanie wartości zdrowia i dbania o nie, • promowanie zdrowego stylu życia, • zapobieganie nadużywaniu przez uczniów szkodliwych substancji, • wskazywanie możliwości unikania zagrożeń i sposobów radzenia sobie z nimi, • wskazanie właściwych wzorców do naśladowania, • dostarczanie dzieciom wsparcia w zakresie ich własnych problemów z jakimi spotykają się w środowisku szkolnym, rówieśniczym i rodzinnym, • integracja grupy poprzez aktywne współdziałanie w zespole.
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	<p>Poszerzenie wiedzy o zdrowiu własnym i innych. Wzbogacenie wiedzy o szkodliwości substancji, tj. alkohol, narkotyki, papierosy. Wzrost samooceny oraz umiejętności przyjęcia postawy asertywnej.</p> <p>Świadomość, że zdrowie i dobre życie to robienie dobrego użytku ze swoich możliwości. Umiejętność współżycia z innymi ludźmi. Rozwijanie myślenia, pamięci, uwagi, koncentracji</p>
Czas trwania	2 godziny lekcyjne
Miejsce zajęć	Szkoła
Liczba uczestników	ok. 25 osób, w zależności od liczebności klasy
Osoba prowadząca	Małgorzata Dziedzina-Łabuda /zastępstwo Anna Ziółkowska/ Renata Bogucka
Realizacja	Na podstawie oferty wysłanej do szkół – październik 2018 r. – maj 2019 r.

Forma pracy / rodzaj	Zajęcia warsztatowe
Nazwa / temat	Jak być otwartym, skutecznym i naturalnym
Odbiorcy	Uczniowie klas IV-VII szkół podstawowych Uczniowie gimnazjum
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • warsztat umiejętności asertywnych, • doskonalenie umiejętności interpersonalnych w zakresie zachowań asertywnych, • alternatywa dla zachowań uległych, agresywnych czy też manipulacyjnych, • okazja do tworzenia przestrzeni dla własnych potrzeb, uczuć, poglądów bez naruszania granic innych osób;
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	Zmiana w relacjach pomiędzy uczniami w klasie. Wzrost asertywności. Poprawa relacji w grupie klasowej. Zmiana sposobu myślenia i reagowania w sytuacjach społecznych
Czas trwania	2 godziny lekcyjne
Miejsce zajęć	Szkoła
Liczba uczestników	ok. 25 osób, w zależności od liczebności klasy
Osoba prowadząca	Małgorzata Dziejzina –Łabuda /zastępstwo Anna Ziółkowska/ Renata Bogucka
Informacje, zgłoszenia	Formularz zgłoszeniowy
Realizacja	Na podstawie oferty wysłanej do szkół – październik 2018 r. – maj 2019 r.

Forma pracy / rodzaj	Zajęcia warsztatowe
Nazwa / temat	Warsztat umiejętności rozwiązywania konfliktów zajęcia podnoszące kompetencje dzieci i młodzieży w rozwiązywaniu sporów;
Odbiorcy	Uczniowie klas IV-VII szkół podstawowych Uczniowie gimnazjum
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • Rozpoznawanie przyczyn sytuacji konfliktowych, analiza konfliktów w grupie klasowej; • Metody konstruktywnego ich rozwiązywania; • Przepracowanie prawidłowych sposobów reagowania w sytuacji konfliktowej; • Praca nad zmianą reakcji poprzez zmianę myślenia; • Praca nad asertywnością;
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	Podnoszenie kompetencji dzieci i młodzieży w zakresie rozwiązywania sytuacji konfliktowych Zmiana w relacjach pomiędzy uczniami w klasie. Wzrost zachowań asertywnych. Zmiana sposobu myślenia i reagowania w sytuacjach społecznych, niezgodnych z naszymi oczekiwaniami.
Czas trwania	2 godziny lekcyjne
Miejsce zajęć	Szkoła
Liczba uczestników	ok. 25 osób, w zależności od liczebności klasy
Osoba prowadząca	Małgorzata Dziejna –Łabuda /zastępstwo Anna Ziółkowska/ Renata Bogucka
Informacje, zgłoszenia	Formularz zgłoszeniowy
Realizacja	Na podstawie oferty wysłanej do szkół – październik 2018 r. – maj 2019 r.

Forma pracy / rodzaj	Warsztaty
Nazwa / temat	Tolerancja i komunikacja – inny nie znaczy gorszy.
Odbiorcy	Uczniowie klas IV-VIII szkoły podstawowej i gimnazjum
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • uświadomienie działania mechanizmu odrzucenia, • przeciwdziałanie dyskryminacji, • uświadomienie zróżnicowania w grupie.
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	<ul style="list-style-type: none"> • wzrost sprawności komunikowanie się z drugim człowiekiem, • wzrost wyrozumiałości i zrozumienia w stosunku do osób różniących się od nas.
Czas trwania	2 godziny lekcyjne
Miejsce zajęć	Szkoła
Liczba uczestników	Zespół klasowy lub zainteresowani uczniowie.
Osoba prowadząca	Iwona Welc Barbara Malinowska
Informacje, zgłoszenia	Poradnia – u osób prowadzących
Realizacja	Na podstawie formularza zgłoszeniowego – cały rok szkolny

Forma pracy / rodzaj	Warsztaty
Nazwa / temat	Stres pod kontrolą.
Odbiorcy	Uczniowie LO, technikum, klas VIII oraz III gimnazjum.
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • uświadomienie sobie możliwości wpływania na swój stan emocjonalny poprzez pracę ze swoim ciałem i oddechem, • uświadomienie sobie wpływu myśli na stan emocjonalny oraz reakcję ciała, • obniżenie napięcia emocjonalnego towarzyszącego uczniom w sytuacjach egzaminów, • wyrobienie nawyku dbania o swoje zdrowie psychiczne.
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	<ul style="list-style-type: none"> • poznanie relaksacyjnych technik oddechowych, • nabycie umiejętności radzenia sobie ze stresem poprzez pracę na poziomie przekonań oraz nawyków mentalnych, • nabycie umiejętności osiągania stanu relaksu.
Czas trwania	Dwie godziny dydaktyczne
Miejsce zajęć	Szkoła
Liczba uczestników	Zespół klasowy lub zainteresowani uczniowie.
Osoba prowadząca	Barbara Malinowska Anna Szczepańska
Informacje, zgłoszenia	Formularz zgłoszeniowy
Realizacja	Według zgłoszeń/ cały rok szkolny

Forma pracy / rodzaj	Prelekcja
Nazwa / temat	„Jak poprawić mowę swojego ciała ?”
Odbiorcy	Uczniowie ostatnich klas szkół średnich (liceum, technikum)
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • nabycie umiejętności panowania nad ciałem i radzenia sobie ze stresem przed egzaminami oraz wystąpieniami publicznymi, • poznanie standardów ubioru i zachowania obowiązujących podczas rozmowy kwalifikacyjnej.
Korzyści (nabyta wiedza i umiejętności)	<ul style="list-style-type: none"> • uczniowie mają orientację w podstawowych standardach zachowania i ubioru podczas rozmowy kwalifikacyjnej, • posiada wiedzę o sposobach panowania nad stresem, które wpływa z ciała,
Czas trwania	1 godzina lekcyjna
Miejsce zajęć	szkoła
Liczba uczestników	Zespół klasowy
Osoba prowadząca	Anna Szczepańska
Informacje, zgłoszenia	Formularz zgłoszeniowy
Realizacja	Według zgłoszeń/ cały rok szkolny